

# Pentingnya pendayaupayaan sendiri kaunseling



**Mansor  
Abu Talib**

**P**APARAN media baru-baru ini mengejutkan kita dengan berita tentang adanya segelintir mahasiswa di Universiti Malaya (UM) yang terpaksa ikat perut kerana desakan kewangan yang mereka hadapi.

Faktor seperti kos yuran dan penyediaan bahan tugas meningkat, ketiadaan kerja sambilan bersesuaian, jadual waktu akademik dan kokurikulum yang padat dan pelbagai isu lain menjadi antara punca perkara ini berlaku.

Menyedari hal ini, Kabinet telah meluluskan peruntukan RM3 juta agar bank makanan sedia ada dapat diperluaskan di universiti awam dan mengarahkan Kementerian Perdagangan Dalam Negeri dan Hal Ehwal Pengguna (KPDNHEP) untuk mengedarkan makanan kepada kumpulan sasaran. Inisiatif bank makanan yang telah dilancarkan pada akhir tahun lepas juga mendapat kerjasama strategik dalam kalangan industri dan pertubuhan bukan kerajaan (NGO).

Di universiti pula, terdapat pelbagai inisiatif diwujudkan bagi menolong pelajar kurang berkemampuan. Sebagai contoh di Universiti Putra Malaysia (UPM), program *Free Meals*, sumbangan zakat oleh Pusat Pengurusan Wakaf, Zakat dan Endowmen (Wazan) serta program makanan percuma dianjurkan oleh fakulti dan kolej kediaman bagi membantu pelajar. Namun tidak dinafikan, masih ada segelintir pelajar tidak dapat menikmati kemudahan yang disediakan.

Lantas, adakah pihak universiti dilihat sebagai masih gagal memberi bantuan kepada pelajar yang sangat memerlukan? Atau pelajar berkenaan yang gagal menolong diri mereka sendiri untuk mencari sumber bantuan? Jika ya, apakah puncanya? Terdapat pula pelbagai pandangan agar pentingnya pelajar itu sendiri diperkasakan bersesuaian dengan tugas perkembangan dewasa awal mereka dan kepentingan kemahiran insaniah seperti kemahiran



Dalam kerja menolong seperti kaunseling, isu klien diberikan fokus utama kerana ia adalah satu intervensi di peringkat personal, iaitu faktor dalaman individu itu sendiri dengan mengandaikan bahawa lebih mudah mengubah diri sendiri daripada mengubah apa yang ada di persekitaran walaupun ia saling mempengaruhi antara satu sama lain.

penyelesaian masalah dan berfikir kreatif.

Ini membawa kepada kepentingan proses pendayaupayaan pelajar di universiti. Pendayaupayaan adalah satu proses dinamik bagi membolehkan individu membentuk inisiatif sendiri ke arah mencapai sesuatu yang diharapkan. Pendayaupayaan memerlukan individu untuk mencari kekuatan dalaman atau potensi yang belum dikenalpasti dan dikembangkan.

Dalam kerja menolong seperti kaunseling, isu klien diberikan fokus utama kerana ia adalah satu intervensi di peringkat personal, iaitu faktor dalaman individu itu sendiri dengan mengandaikan bahawa lebih mudah mengubah diri sendiri daripada mengubah apa yang ada di persekitaran walaupun ia saling mempengaruhi antara satu sama lain.

Kaunseling memberi fokus kepada pendayaupayaan psikologikal apabila kaunselor dengan mahirnya berinteraksi dengan klien bagi menyusun pelan tindakan untuk mencapai perubahan yang diharapkan. Pendayaupayaan individu menekankan kepada aspek intrapersonal, interkasional dan juga tingkah laku.

Kaunselor memperkasa kliennya dengan menstruktur kembali kognitif mereka melalui sistem kepercayaan dan motivasi untuk berubah. Sebagai contoh,

kaunselor membincangkan sistem kepercayaan yang menganggap bahawa mereka tidak boleh berubah dan kebiasaannya menerima sesuatu sebagai takdir sebelum menggunakan kekuatan dalaman bagi mencari jalan lebih baik.

Persoalannya, adakah pelajar bersedia dan memerlukan pertolongan profesional seperti kaunseling? Pengamal kaunseling sememangnya memahami bahawa kebanyakan klien hanya akan datang mendapatkan bantuan psikologi apabila masalah yang dihadapi oleh klien sudah teramat serius.

Lantaran itu, individu lain yang prihatin terhadap pelajar berkenaan boleh membantu menyalurkan maklumat relevan kepada pihak yang menawarkan bantuan agar pelajar tersebut dapat dibantu seawal mungkin sebelum keadaan bertambah buruk seperti kemerosotan tahap kesihatan atau menggunakan alternatif tidak wajar.

Menyedari kepentingan pendayaupayaan sendiri dalam menjamin kesejahteraan masyarakat, Persatuan Kaunseling Malaysia Internasional atau Perkama International menganjurkan Persidangan Kaunseling Kebangsaan Ke-21, semalam dan hari ini di Universiti Putra Malaysia dengan tema *Pendayaupayaan Kendiri Melalui Kaunseling*.

Beberapa aktiviti perkongsian seperti ucap tama, pembentangan kertas kerja selari, *talking circle* dengan pelbagai tema serta pertandingan inovasi kaunseling diatur bagi meningkatkan lagi kefahaman pengamal kesihatan mental tentang pendayaupayaan individu melalui dialog intelektual daripada pelbagai pihak.

Semoga semua usaha ini dapat memberi mesej jelas kepada pelajar kita bahawa diri mereka adalah sangat berharga dan terdapat pelbagai sumber yang boleh memberi pertolongan apabila diperlukan. Sesungguhnya pelajar kita adalah bakal pemimpin Malaysia pada masa hadapan.

**PROFESOR DR. MANSOR ABU TALIB** ialah Profesor Kaunseling Pembangunan Manusia, Fakulti Ekologi Manusia, UPM.